



Selamat Datang di *Kebaikan dalam Kelas*!

Kami senang Anda telah memilih kurikulum pembelajaran sosial emosional (SEL) yang disetujui CASEL ini untuk membantu staf Anda menciptakan budaya kebaikan di sekolah Anda.

Pekerjaan menciptakan budaya sekolah yang sehat dan baik hati<sup>1</sup>, dan itu dimulai dengan pemimpin sekolah yang kuat, seperti Anda. Jadi, bagaimana Anda dapat membantu membuat program ini sukses mungkin? Itu dimulai dengan menangani perawatan diri Anda dan perawatan diri guru dan staf Anda. Jika Anda, para pendidik, tidak sehat secara sosial dan emosional, akan sulit untuk menumbuhkan kesehatan semacam ini pada siswa Anda.

Untuk itu, masing-masing *Kebaikan di Kelas* RPP dibuka dengan rangkuman “Koneksi Guru/Perawatan Diri” cerminan<sup>1</sup> yang membantu guru menerapkan konsep pelajaran itu secara pribadi dan dalam ruang dan hubungan profesional mereka, yang akan memberi mereka perspektif yang unik dan membumi untuk menyampaikan pelajaran. Kami mendorong guru untuk terlibat dalam refleksi ini sebelum melakukan pelajaran dengan siswa.

<sup>1</sup>ASampel Refleksi Koneksi Guru / Perawatan Diri dari pelajaran kelas 6, “*MENGHORMATI*. - *Dalam Budaya Kita*

### Koneksi Guru / Perawatan Diri

Budaya adalah cerminan rasa hormat yang besar. Jika orang-orang dalam budaya menunjukkan rasa hormat terhadap diri mereka sendiri dan orang lain, budaya itu sehat dan memiliki kapasitas untuk berkembang. Jika orang-orang dalam budaya tersebut tidak menunjukkan rasa hormat terhadap diri mereka sendiri dan orang lain, budaya tersebut tidak sehat dan akan tetap dan stagnan, jika tidak regresif. Bagaimana budaya sekolah Anda saat ini? Bagaimana dengan budaya kelas Anda? Apa beberapa hal yang dapat Anda lakukan untuk meningkatkan budaya dan meningkatkan kapasitas Anda untuk menghormati? Tetapkan satu tujuan minggu ini untuk meningkatkan budaya kelas Anda dan bekerja untuk mencapainya dalam beberapa minggu ke depan. Amati bagaimana Anda dan siswa Anda meningkat dalam memberi dan menerima rasa hormat setelah tujuan itu tercapai.

Anda juga dapat mendukung guru dalam kebutuhan akut mereka akan perawatan diri. Berikut ini beberapa rekomendasi:

- ☐ **Ikut:** Bacalah Koneksi Guru setiap minggu. Beri tahu staf Anda bahwa Anda akan mempraktikkan keterampilan ini bersama mereka, dan masukkan ide dan tema dari koneksi ke dalam komunikasi staf Anda.
- ☐ **Tunjukkan Rasa Syukur:** Buka rapat staf dengan "pemeriksaan terima kasih". Beri tahu staf Anda apa yang Anda syukuri sehubungan dengan pekerjaan mereka dan komunitas sekolah Anda, dan undang orang lain untuk membagikan sesuatu yang mereka syukuri.
- ☐ **Bangun Perawatan Diri ke dalam Jadwal:** Periksa jadwal harian/mingguan dan lihat apakah ada peluang untuk membangun "perawatan diri pendidik" di hari itu. Bahkan 15 menit di mana setiap orang mengambil jeda yang disengaja dapat membuat perbedaan besar!

**RANDOM ACTS  
OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

- ❑ **Mendaftar:** Berkomitmen untuk memeriksa dengan staf Anda mengenai perawatan diri mereka. Jika Anda melihat seseorang terlihat sangat lelah atau letih, laporkan. Lihat apa yang mereka butuhkan untuk menjadi yang terbaik!
- ❑ **Mengenali:** Bersikaplah sungguh-sungguh untuk mengakui kerja keras staf Anda, dan lakukan dengan nama, pastikan Anda mengenali semua orang di beberapa titik selama jangka waktu tersebut.